

HÁJEK

Březen
2026

Naše noviny



OBSAH

■ Program DSH

■ Pozdrav

■ Kvíz

■ Zajímavosti

■ Literární dílna

■ Rozjímání

■ Povídka měsíce

■ Představujeme

■ Kaleidoskop

■ Info z domova

**Srdečně vítáme nové
obyvatele, kteří
nastoupili do našeho DS.**

*Riebauerová Pavla;
Kotrčová Libuše;
Brejlová Zdeňka;
Převorovský Josef, Ing.;
Pětioká Eliška;
Kolářová Jiřina, Ing.*

Zpravodaj Hájek vychází
v nákladu 200 výtisků pro potřeby
obyvatel Domova seniorů
Praha 4 Háje,
K Miličovu 734 a je neprodejný.
Na vydání spolupracují:
Monika Stajnerová,
Dagmar Zavadilová, ředitelka DS,
ve spolupráci s klienty DS.

DOMOV
PRO SENIORY
HÁJE

PRA
PRA
PRA
PRA
GUE
GA
G

4. 3. středa 10:00 SÁL

DŮVĚRNÍCI

Březnové setkání zástupců obyvatel s vedením domova.

4. 3. středa 14:00 SÁL

MAŠKARNÍ VESELICE

Zveme vás na veselou maškarní zábavu, při které si poslechneme a zazpíváme s harmonikou v podání Karla Kekešiho. Čeká nás také občerstvení a soutěže, soutěžit se bude také o nejlepší masku! Těšíme se na vás!



8. 3. neděle 14:00 SÁL

OSLAVA MDŽ

Srdečně vás zveme na oslavu Mezinárodního dne žen, kterým nás provede Aleš Cibulka a navštíví nás vzácní hosté – Zlata Adamovská a Petr Štěpánek.

11. 3. středa 14:00 SÁL

HUDEBNÍ KLUB

Zveme vás na setkání spojené s povídáním o dvou zpěvácích – Kamil Střihavka a David Koller. Během setkání si také poslechnou jejich nejznámější písničky.

18. 3. středa 14:00 SÁL

PŘEDNÁŠKA O PRAZE

Zveme vás na přednášku o naší krásné Praze na téma Vilová architektura meziválečného období – 2.část, kterou nám představí paní Micková.

19. 3. čtvrtek 10:00 ERGOTERAPIE

BÁBOVKY

Zveme vás na oslavu březnových narozenin.

24.3. úterý 9:30 ERGOTERAPIE

VÝROBA TRÁVNÍČKŮ

Přijďte si vyrobit „vlasatého“ trávnička z jarního osení k blížícím se Velikonocům. S výrobou nám pomohou děti z naší dětské skupiny - Palečka.

25. 3. středa 14:00 SÁL

HUDEBNÍ VYSTOUPENÍ MARTINA ZEMANA

Jste srdečně zváni na hudební odpoledne, kde si poslechneme písničky Karla Kryla.

26. 3. čtvrtek 10:00 SÁL

PETR VELETA

Jste srdečně zváni na aktivní dopoledne spojené s poslechem hudby, pohybem a zábavou, kterým nás provede pan Petr Veleta.

27. 3. pátek 10:00 SÁL

CIRKUS SENIOR

Přijďte se pobavit, potrápit, potrénovat a hlavně potěšit s naším cirkusovým lektorem Adamem Jarchovským.

31.3. úterý 14:00 SÁL

VICTORY

Přijďte se naladit na velikonoční svátky s tradičním setkáním se společností Victory.



Vážení čtenáři,

v minulém úvodníku jsem zvolila téma, které mi přišlo na mysl jako první – téma jinakosti. Postupně mi dochází, že jako velmi dobrý příklad jinakosti mohu použít rodinu. Rodina... Většina z nás ji kdysi založila. Tu vlastní, která se – v lepším případě – skládá minimálně ze dvou předchozích. A už to samo o sobě bývá velká výzva. Rodinu lze vnímat vlastně jako fascinující projekt bez, při vší snaze, jistého výsledku. Průřez mnoha lidskými typy, povahami, talenty i chybami. I vlastními. A co je někdy překvapivé – některé z nich poznáváme až vlastním zráním a postupem času.

Jako příklad bych mohla uvést tu svou rodnou rodinu, abych to příliš nekomplikovala. Našli byste v ní opravdu všechno. Významné umělce, kteří viděli a vidí svět v barvách, měli a mají široká a upřímná srdce, avšak – jak už to u těchto profesí bývá – každodenní praktičnost a racionálnost jim vesměs unikala. Uživít rodinu tak bylo někdy výzvou. Na druhou stranu s nimi byla legrace – to se musí nechat. A když bylo nejhůř, pestrost rodinných příslušníků dokázala nabídnout pomocnou ruku. Můj tatínek, na kterého vzpomínám každý den, měl tři bratry. Jeden byl akademický malíř, druhý vědec, třetí farář. A můj tatínek, jako nejmladší, se věnoval inženýrské geologii a hydrogeologii. Dědily je přesně dva roky. Odlišnější čtveřici byste hledali jen stěží. Přesto se celý život měli rádi. Ačkoli si mezi sebou dokázali leccos vyjasnit, vždy byli připraveni si pomoci. Nejčastěji se tedy tři bratři dohadovali na míře své možné finanční pomoci bratru malíři. Čím byli starší, tím více si vážili společně stráveného času.

Dnes už tu bohužel nejsou. Přišly však další generace – zatím tři. A s každým novým přírůstkem přichází tradiční rodinná disciplína: „Po kom to má?“ Nejprve hledáme podobu, později vlohy – či nevlohy – a většinou končíme u babiček, dědečků, tet a strýců. Jenže geny jsou trpělivé. Dokážou si počkat i několik století. A to jsem zatím zmínila jen jednu rodovou linii – krát dvě atd. Přiznávám, že jsem velkou příznivkyní genealogie. Čím jsem starší, tím více. Baví mě zkoumat předky – čím byli, jak žili a jaké stopy po nich zůstaly. Pokud zůstaly. Po prapraprátrýci Kozákovi, který napsal první českou učebnici matematiky pro děti, jsem však matematické nadání zcela jistě nezdědila. Jen poznámka pod čarou.

S mými předky přišlo všechno. Trochu vědy, trochu umění, trochu víry – té bylo dost. Také zásadovost, možná až paličatost, schopnost stát si za svým, i za cenu ztrát. Ale také humor a nadhled je většině vlastní.

Zdá se mi, že dnešní doba a její tempo nás nenápadně odvádějí od nacházení času na velká rodinná setkání, které u nás organizoval tatínek při příležitosti svých narozenin v období léta. Organizátor odešel – a nikdo jiný zatím žezlo nepřevzal. Ale zdravé jádro sourozenců, bratranců a sestřenic o sobě ví a jak čas dovolí rádi se vidíme, byť již v menších skupinkách.

Jinakost, jako ta naše, je krásná právě proto, že je i doma přítomná. Že ji známe jménem. Víme, kdo se směje nahlas, kdo mlčí, kdo při každé debatě pronese:

„Já jen říkám...“ – a před kým je lepší mlčet.

A přesto o sobě víme. A máme se – řečeno s lehkým nadhledem a úsměvem - více méně rádi. Není to právě proto, že je každý z nás jiný? Nevím, ale vlastně je to zábavné. Většinou.

Možná je to jen můj pohled na svět. Já se však připojuji k zastáncům lidového přísloví „krev není voda“. Když dojde na lámání chleba, rodinné vazby jsou přece jen silnější než ty ostatní. Co myslíte?

vaše Dagmar Zavadilová

Milí čtenáři,

sérii psychologických experimentů zakončíme krátkým zamyšlením, které se vydá trochu jiným směrem. Tentokrát se nebudeme věnovat chování dospělých, ale dětem. Mnozí z vás se radují ze svých vnoučat i pravnoučat, která přinášejí do života radost, energii i nový pohled na svět. A právě to, co si neseme z dětství, se často odráží i v našem dospělém životě. Ráda bych vám tak stručně představila známý Marshmallow experiment (z angl. označení pěnového bonbonu), který v 60. letech zrealizoval psycholog Walter Mischel na americké univerzitě Stanford.

Spočíval v tom, že asi čtyřleté dítě dostalo před sebe bonbon. Výzkumník mu řekl, že na několik minut odejde. Pokud dítě bonbon nesní, a ani si nepřivolá dospělého zvonkem, po návratu dostane bonbony dva. Dítě tak stálo před rozhodnutím: podlehnout okamžité slasti, nebo počkat na větší odměnu? Děti volily různé strategie – k bonbonům čichaly, zakrývaly si oči – a ne každé přesto obstálo.

Původní výsledky byly po léta vykládány tak, že schopnost odložit uspokojení v předškolním věku předpovídá budoucí úspěch. Děti, které vydržely čekat déle, měly podle následných šetření v dospělosti lepší sebeovládání a celkově příznivější životní výsledky. Dnes se na tyto závěry nahlíží s rezervou. Ukázalo se, že do výsledků vstupují i další okolnosti, například důvěra dítěte ve výzkumníka (a obecně v dospělé) a mnohé další faktory.

- Děti, které vyrůstají v prostředí soutěživém (např. se staršími sourozenci), se častěji rozhodnou vzít si odměnu hned – ze zkušenosti vědí, že o ni mohou přijít.
- Děti z nestabilního prostředí, kde se na sliby dospělých nelze spolehnout, méně věří příslibu budoucí odměny a častěji volí okamžitý zisk.
- Naopak děti ze stabilního předvídatelného prostředí, kde dospělí dodržují slovo, jsou ochotnější čekat.

Jinými slovy, dítě, které sáhne po bonbonu hned,

nemusí být méně disciplinované – může jen realisticky reagovat na svět, který už takto zná.

Na závěr bych vám ráda představila novou součást programu v našem Domově – biblioterapii. Biblioterapie je zaměřena na relaxaci a společný poslech různorodých povídek a příběhů. Může být obohacena i vaší iniciativou – pokud máte oblíbený text či vzpomínku, rádi jí dáme prostor. Setkání je místem sdílení, klidného rozjímání i přátelské diskuse. Současně klade důraz na vzájemný respekt, citlivý pohled jednoho na druhého a otevřenost k odlišným názorům i životním zkušenostem. Nemusíte mít žádné speciální znalosti, nikdo vás nebude zkoušet.

Příběhy nám umožňují cestovat – vracet se do vzpomínek, znovu prožít známé situace nebo objevovat nové světy. Pokud tedy vítáte příjemné zpestření odpoledne, budu se na vás těšit. Biblioterapie probíhá každý sudý čtvrtek od 14:00 v relaxační místnosti na oddělení A0.

**Mgr. Adéla Růžicková, psycholog
Domov pro seniory Háje**



Zdroje:

St Pierre, T., White, K. S., & Johnson, E. K. (2022). Who is running our experiments? The influence of experimenter identity in the marshmallow task. *Cognitive Development*, 65, 101271. <https://doi.org/10.1016/j.cogdev.2022.101271>

Vybíral, Z. (2018). Marshmallow test v opravně. *Psychologie.cz*. <https://psychologie.cz/marshmallow-test-v-opravne/>

Mezinárodní den žen v Domově seniorů Háje

Zlata Adamovská
Petr Štěpánek
Aleš Cibulka



NEDĚLE 8. března
14 hodin
Velký sál DS



1. Kdy nastává jarní rovnodennost? Tzv. astronomický příchod jara?

- a) 20. až 21. 3.
- b) 24. až 25. 3.
- c) 28. až 29. 3.

2. Jak se říká knižně jaru?

- a) Jeseň
- b) Vesna
- c) Máj

3. 28. března 1592 se narodil významný český učitel národů. Kdo to byl?

- a) Jan Amos Komenský
- b) Jan Hus
- c) František Palacký

4. Bohumil Hrabal (28. března 1914 – 3. února 1997) byl český prozaik. Jaké zvířátko doporučuje strýc Pepin v jeho knize Postřižiny, když říká: „Nudíte se, kupte si ...“

- a) šikovnou veverku
- b) mrštnou ještěrku
- c) medvídku mývala

5. 21. března je Světový den poezie. Jak se jmenuje český básník, který získal za své dílo Nobelovu cenu?

- a) Karel Hynek Mácha
- b) Jaroslav Seifert
- c) Petr Bezruč

6. Tzv. kočičky jsou jedním ze symbolů jara a Velikonoc. Z jakého stromu tyto větvičky jsou?

- a) Z břízy užitečné.
- b) Z vrby jívy.
- c) Z olše šedé.

7. Česko vstoupilo 12. března 1999 do NATO. Jaký je český význam zkratky?

- a) Ústřední zpravodajská služba.
- b) Severoatlantická aliance.
- c) Organizace spojených národů.

8. 18. března je Světový den recyklace. Co toto slovo znamená?

- a) třídění odpadu
- b) vyhazování zbytečných věcí
- c) opětovné využití materiálů

9. 27. března 1357 byl za účasti císaře a krále Karla IV. slavnostně otevřen hrad, původně byl vybudován jako nedobytná pevnost a fungoval jako pokladnice říšských korunovačních klenotů. O jaký hrad jde?

- a) Křivoklát
- b) Karlštejn
- c) Pernštejn

10. Březen je měsícem knihy a čtenářů. Kdo se zasloužil o vynález tzv. knihtisku, který umožnil masovou produkci knih a tak rychlejší šíření informací?

- a) Augustin Olomoucký
- b) Johann Fust
- c) Johannes Gutenberg

Vážení čtenáři a luštitelé,
na otázky v prosincovém kvízu
odpovědělo 10 čtenářů.

**Deset správných odpovědí
neměl nikdo**

Devět správných odpovědí měli:

**Vladimír Jiráček z A0, Jana
Sedmihorská z A0**

**Osm správných odpovědí měl:
TÝM A3**

GRATULUJEME!!!

Nejvíce vás potrápila otázka
č. 2. 6. a 9.

**Důležitá informace: vyplněné kvízy
je nutné vhodit do schránky na
oddělení A0 nejpozději do 20.
v daném měsíci. Později vhozené
kvízy už nemohou být započítány
a uvedeny v časopisu Hájek, a to
z důvodu uzávěrky a tisku
časopisu.**

SPRÁVNÉ ODPOVĚDI

1. C: Madla z cihelny.
2. A: Začíná po svátku Tří králů
a končí o Popeleční středě.
3. B: pochovává se basa
4. A: Sokol
5. C: Jak krtek ke kalhotkám přišel
6. C: Inteligentní lidé se snaží problémy
řešit, geniální se je snaží nedělat!
7. B: medvěd
8. C: 1948
9. A: V Kutné Hoře.
10. A: Italský poustevník, který pomáhal
zamilovaným dvojicím na útěku.



Literární dílna

Koleno bolí a bolí Karel Pešťák

Co dělat, ortoped operaci nedoporučil. Cukrovka, vysoký tlak i věk. Různé masti a tablety nejsou moc účinné.

Sedím u stolu. Držím noviny, deník, který vychází zdarma. Rád luštím sudoku a křížovku. Obracím stránky novin. Zaujme mě inzerát. Za jednu korunu prostředek na zbavení bolesti. Žádné podrobnější informace. Jen telefonní číslo, kam volat.

Volám, paní, která brala telefon, se představí. Ptá se na moje přání. Poptám se na inzerovaný prostředek za jednu korunu. Je mni jasné, že je to na vyzkoušení. „Dobře děláte, že si prostředek chcete objednat. Jedná se o kvalitní věc. Je však nutné si objednat další dvě balení za 4 340 korun. Obratem to pošlu na dobírku.“

Částka mě zarazila. V inzerátu se nic takového nepsalo. Další vychvalování prostředku. Odpovídám: „Paní, nic mi neposílejte. To si musím ještě rozmyslet. Jestli si objednám, telefonicky dám vědět.“ Tím náš rozhovor skončil.

Rozhovor skončil a začaly se dít věci. Na můj telefon mi přijde SMS zpráva, že mi bude doručen balíček na dobírku poštou. Přibližně v tolik a tolik hodin. Jméno a spojení na přepravce.

Obratem jsem zavolal přepravci. Žádný balíček jsem neobjednal. Že nic nepřevežmu. To vzal na vědomí. Bylo to 19. 1. 2026. Ještě ten den přišla zpráva, že mám v Balíkárně Praha 415 balíček k vyzvednutí. Žádné telefonní číslo. Co mám dělat?

Vytočil jsem číslo paní, se kterou jsem vše projednával. Telefon vzal muž. Jménem se nepředstavil. Jen funkcí, kterou asi v podniku zastával. Znovu jsem zdůraznil, že jsem si nic neobjednal a nic nepřevežmu. Žádné vyjádření. Bylo to 19. 1. 2026.

Je 21. 1. zvoní telefon. „Máte u nás zásilku.“ „Nic jsem si neobjednal. Tak nic nepřevežmu.“ 22. 1. zpráva SMS. Balíkovna. Balík drží jen do 27. 1.

Manželka se začíná hněvat. Vezme telefon a volá na číslo telefonu uvedené v inzerátu. Vysvětluje, že byla u prvotního telefonického hovoru a že může potvrdit, že jsem během hovoru nic neobjednal. Jejich přístup nás obtěžuje, že se bude muset obrátit na Policii České republiky.

Paní se diví: „Bez vašeho souhlasu bychom balík neposílali.“ Opak byl pravdou. Od 27. 1. uběhlo sedm dní. Doufáme, že je věc u konce. Co koleno? Bolí dál.

Jak jsme byli zadarmo na Matějské pouti Bohumil Skoupý

Za onoho času řekl „muž“ s transplantovanou ledvinou ženě s Parkinsonovou nemocí:

„Ženo! Udělalo se mi nějak mdlo, lehnu si na chvíli na podlahu na záda a ty vyhod' moje nohy na židli.“ učinila žena tak, jak muž žádal, a jsouc již znavená celodenní lopotou, odebrala se k odpočinku na svoji část společného manželského lože. Jelikož mužovy potíže neustávaly, naopak se přidávaly další, rozhodl se změnit svoji nepohodlnou polohu, a odebrati se též na svoji část společného manželského lože. Původní záměr odebrati se po nohou a před ulehnutím se svléci, se nezdařil, a tak se muž plížil k loži po všech čtyřech a svlékl se jen z části. Ulehnutím na lože, ale nastal nečekaný tanec všeho, co bylo poblíž.

Jako první se začal točit strop, přidaly se obrazy na stěnách, následoval nábytek, a potom se už točilo vše, co oči viděly, nebo si jen představovaly. Grandiózní matějská pouť právě začala. Ohromný cirkusový stan se točil jako na řetízkovém kolotoči, slon nekýval chobotem nahoru a dolů, ale do stran. Ve střelnici se točilo vše, kromě kola štěstí, které naopak stálo. Kostelní věž poletovala vzduchem a mistr sportu František Šťastný se všude projížděl mezi tím zmatkem na své závodní motorce v podivných náklonech. Přidala se celá postel a obracela se ze strany na stranu, přidal se i mužův žaludek a začal se obracet taky. Marná byla snaha dostat se co nejrychleji na WC. Nešlo to po dvou, ani po čtyřech. Plížením plazením s nečekanými obraty, to byla jediná šance. Ale žaludek také začal pracovat a vydávat svůj obsah, a to přímo do mužovy cesty. A tak se muž obtížně pohyboval mokrou a naklánějící se cestou. Žena v dobré víře přispěchala s kbelíkem na pomoc, ale její žaludek při pohledu na tu strašnou spoušť neunesl tíhu situace a začal se obracet taky. Sodoma a Gomora nastala v jinak poklidné domácnosti.

Když se společně a nerozlučně takto prozvraceli na WC, objal muž záchodovou mísu jako svého nejlepšího přítele a připadal si šťastný. Žaludek už byl prázdný, snad to bude dobré. Ale bylo ještě hůř. Pokud se obracel žaludek alespoň částečně zaplněný, byla naděje. Ale když se začal obracet již prázdný – to bylo za trest. Když se muž nepřestával válet z jedné strany na druhou, neudržel ani svoji hlavu, konečně žena zavolala pražskou záchranou službu, která příběh ukončila odnesením muže na židli po novém super schodišti do své pojízdné ambulance a s mužem na lehátko a jeho hlavou pevně usazenou v kbelíku odjela směrem do velké pražské nemocnice na oddělení, kde se léčí i nemocní s Parkinsonovou chorobou. To byla pro mě jediná povzbuzující událost, že totiž budu snad mezi svými přáteli.

Povídku poskytla pro časopis Hájek klientka DS Háje Věra Skoupá jako vzpomínku na svého manžela. „Vyučil se v plzeňské Škodovce, byl brusič kovů. Psát začal až když byl nemocný,“ vzpomíná Věra. Poté, co měl její manžel nehodu v autě, zjistili mu lékaři vysoký tlak. Pak se ale ozvaly ledviny, nakonec byla jedinou cestou domácí dialýza. „Bylo mu pětáctýřicet, když šel do invalidního důchodu. Pak se přidávaly další potíže, kdy mu selhávaly orgány. Diagnostikovali mu Fábryho nemoc,“ dodává Věra Skoupá. Fabryho choroba je vzácné, dědičné metabolické onemocnění způsobené mutací genu. Vede k postupnému hromadění tuku v buňkách a poškození orgánů, zejména srdce, ledvin, mozku a nervů. Léčba zahrnuje enzymatickou substituční terapii k zmírnění projevů.



Kraslice Věra Ličmanová

Malá, křehká krása, ukázka lidové tvořivosti. Může to být vařené nebo vyfouknuté, nejčastěji slepičí, kachní nebo v poslední době pštrosí vejce. Musí se důkladně omýt a připravit ke zdobení. K tomu je možno zvolit některou z technik.

„Vyškrabování“ provádí se „zalomeným křivákem“, nožíkem nebo pletací jehlicí. Vejce se po omytí nabarvilo přírodním materiálem. Černá barva se získala z olšové kůry, hnědá z cibulových slupek, červená – potravinářské barvy. Na fialovou barvu se drtily inkoustové tužky. Barvilo se i několika barvami. Vyškrábaný výsledek – obrázek – záležel na síle vyškrabané stopy. Náměty byly buď na přání objednatelky, nebo květinové, figurální, podle fantasmie malířky. Často byly doplněny textem, básničkou nebo písničkou či přáním. Sláva kraslice pak trvala jeden den na Velikonoční pondělí. Děvčata je darovala chlapcům za „vyšlahání.“ Mnohdy to značilo první veřejné vyznání hlubších citů.

Přeji kraslicím, aby nadále těšily své tvůrkyne, ale hlavně darující a obdarované.

Pomocný zdroj: Kivaňa, Josef: Kraslice moravské, Václavík, Antonín: Výroční obyčeje



Milí čtenáři,

v naší kapli jsme nedávno vytvořili pietní místo, které slouží k vzpomínce na obyvatele, již nás opustili. Toto místo nabízí klidné prostředí pro osobní zastavení a zamyšlení. Na pietním místě je umístěna vzpomínková kniha, do které může každý z našich klientů, zaměstnanců a návštěvníků zapsat své osobní vzkazy těm, kteří nás opustili. Kniha se stává jakýmsi společným památníkem, kde se setkávají slova úcty, vděku a lásky. Svou vzpomínku můžete vyjádřit také rozsvícením svíčky, které jsou v kapli k tomuto účelu přichystány. Svíčky jsou z bezpečnostních důvodů elektrické. Děkuje.



Drazí přátelé,

blíží se Velikonoce. Velikonoce jsou nejdůležitější křesťanské svátky. Svátky nesmírné naděje. Naděje pro celé lidstvo. A o této úžasné naději se zmiňuje už začátek Janova evangelia: Na počátku bylo Slovo, to Slovo bylo u Boha, to Slovo bylo Bůh (Bůh Stvořitel). To bylo na počátku u Boha. Všechno povstalo skrze ně (Bůh se tak rozhodl) a bez něho nepovstalo nic, co jest (to má logiku, nic nemůže vzniknout samo o sobě). V něm (v Bohu) byl život (On byl první hybatel, on všechno moudře nastartoval) a život bylo světlo lidí. To světlo ve tmě svítí a tma je nepohltila. (Tím světlem je pro každého člověka Ježíš Kristus, světlo naděje, světlo lásky, světlo, které nám svítí na cestu, světlo, které nám dává smysl života.) – (Všechno, co Bůh stvořil, je velmi dobré, to všechno dává smysl a přesto mnohému vůbec nerozumíme, je to pro nás nepochopitelné např. vesmír, příroda, člověk atd. A ještě víc nepochopitelné je pro nás, že Bůh poslal na svět svého Syna Ježíše Krista, to zářivé světlo naděje.)

Ale od Boha byl také poslán člověk jménem Jan Křtitel. Ten přišel proto, aby vydal svědectví o tom světle (o Ježíši Kristu, který později řekl: „Já jsem světlo světa.“ – „Já jsem cesta, pravda i život“ – „Já jsem východisko z každé situace, i kdyby byla jakkoliv náročná a lidsky neřešitelná“.)

Jan sám nebyl tím světlem, ale přišel, aby o tom světle vydal svědectví. Svědectví, že tím světlem naděje je pravý Bůh, pravý člověk Ježíš Kristus. Ten, který přišel na svět, žil náš lidský život, ten, který přišel do vlastního světa, ten byl ukřižován. Neuvěřitelné, spravedlivý člověk, plný dobra, lásky a naděje byl odsouzen. Tehdejší náboženští vůdci Ježíše Krista pronásledovali, až Ježíše přivedli k soudu, kde proběhl nespravedlivý proces. Zástup, dav lidí s tím souhlasil, když volal: „Ať je ukřižován“.

Vládnoucí říše té doby hlasem svého představitele Piláta odsoudila Spravedlivého – Pilát si dokonce umyl ruce, neboť věděl, že odsuzuje nevinného člověka, i jeho žena Piláta upozorňovala, aby s tímto člověkem neměl nic společného. Pilát se bál o svou mocenskou pozici, tak rozhoduje proti spravedlnosti. A potom již římsí vojáci Ježíše začali zesměšňovat, hrubě

s ním nakládat a potom Ježíše přibili na kříž. Proč tolik nenávisti? Lidé nesnesli světlo, které osvětlovalo jejich zlé jednání, jejich špatné skutky, nedostatek dobra a lásky.

I v dnešní době je mnoho lidí, kteří mají v sobě nenávisť vůči druhému člověku. Někdy stačí, že mají trochu odlišný názor, a už lidé spolu nemluví. Dělají si různé bariery ve svém životě. Lidi zařazují do určitých svých představ. A tak je to dnes, a tak to bylo tenkrát. Lidé jsou často na sebe zlí, nepřející, plní pomstychtivé odplaty. Na Kalvárii byli s Ježíšem ukřižováni dva zločinci. Jeden z těch zločinců se mu rouhal: „To jsi Mesiáš? Zachraň sebe i nás!“ Tu ho ten druhý okřikl: „Ty se ani Boha nebojíš? Vždyť jsi sám odsouzen k stejnému trestu. A my jsme odsouzeni spravedlivě, dostáváme zaslouženou odplatu, ale on nic zlého neudělal“. A řekl: „Ježíši, pamatuj na mne, až přijdeš do svého království. Ježíš mu odpověděl: „Amen, pravím ti, dnes budeš se mnou v ráji až přijdeš do svého království.“

Tady vidíme, jak nás Ježíš miluje, jak chce naši spásu, jak chce, abychom i my chtěli život věčný, život plný dobra a lásky. Záleží jen a jen na našem rozhodnutí, na naší svobodné vůli. Jak by to bylo, kdyby s Ježíšem Kristem vše skončilo Velkým pátkem na Golgotě? Ježíšův hrob by byl dávno zapomenutý. Ježíšovo jméno by bylo hvězdičkou dávných věků lidstva, jako jméno Platóna nebo Ovidia, a znal by je jen málokdo. Celé křesťanství stojí a padá s touto jedinou větou evangelia: „Proč hledáte živého mezi mrtvými? Není zde, byl vzkříšen!“ Kdyby tato věta evangelia nebyla pravdivá, byli bychom my křesťané ubožáci, kteří se honí za nějakým neexistujícím fantómem. Ba celé lidstvo by bylo ubohé, kdyby platilo, že moc zla smí mít konečné slovo nad dobrem. Že pravda nakonec prohrává.

Ale život Kristův Velkým pátkem nekončí. Je noc vzkříšení, je záře prázdného hrobu: „Proč hledáte živého mezi mrtvými?“ Svědkové, kterým se Ježíš ukázal, dosvědčují: „My jsme Ježíše už viděli! Ježíš vstal z mrtvých!“ Možná, že někdo řekne:

„To není možné?“ „Je to možné, tak jako vznikl vesmír, příroda, člověk, tak je možné, že Ježíš vstal z mrtvých.“ Někdo řekne: „Proč se neukázal všem lidem?“ Ježíš nechtěl, žádnou senzaci... Ježíš chce, aby lidé uvěřili, že On je Syn Boží, a že vstal z mrtvých. Přejí vám všem krásné Velikonoce, hodně klidu a pohody.



Rozloučili jsme se:

Kučera Jindřich; Pešula Jiří, JUDr.; Kuchyňková Jozefa; Machatová Zdeňka;
Beck Gerhart, Ing.; Routová Eva; Kopáčová Libuše

Váš jáhen Pavel Urban

1. Z NÁSLEDUJÍCÍCH SLOV ODEBERTE VŽDY JEDNO PÍSMENKO NA LIBOVOLNÉM MÍSTĚ TAK, ABY VZNIKLO NOVÉ SLOVO.

POLICIE -
ČELENKA -
PELÍŠEK -
VRATA -
HOUSLE
STOJKA
LÝTKO
MASTNÝ
MATRIKA
PLATNÝ

KŘEČ
HŘÍČKA
BRANKA
AKCIE
PALUBA
TRETRA
ŽALM
TLAMA
VODKA
OSTRAVA

2. TROJICE VÝRAZŮ – Ke každé trojici přídavných jmen najděte jedno slovo (podstatné jméno), které lze spojit se všemi třemi uvedenými přídavnými jmény.

smíšený, hluboký, listnatý –
bílý, tuzemský, kubánský –
právní, manželská, pedagogicko – psychologická –
vystřelovací, zavírací, pilkový –
suché, stolní, šumivé –
ricinový, motorový, olivový –
nárazový, stříbrný, severní –
kuří, vraní, volské –
animovaný, celovečerní, širokoúhlý –
rané, francouzské, americké –

1. OD KAŽDÉHO Z NÁSLEDUJÍCÍCH PÍSMEN VYMYSLTE TŘI SLOVESA.

B –
C –
Ž –
K –

3. DO USTÁLENÝCH SOUSLOVÍ SE VLOUDILY CHYBY. OBJEVTE JE A NAPIŠTE JE SPRÁVNĚ.

př. Matějská **poušť** – Matějská **pout'**

Novoroční závitek -
Ústavní topení –
Tříděný dopad –
Tržní ptáci –
Lihové písničky –
Vážná sudba –
Dánská móda –
Vypuštěný ostrov -
Horkovzdušná roura –
Chlazené nástroje –
Směšný vlak -

5. PODLE POPISU UHÁDNĚTE, O JAKOU STAVBU SE JEDNÁ.

Jsem nejstarší český mužský klášter. Založil mě kníže Boleslav II. a pražský biskup Vojtěch roku 993. Jsem také považován za nejstarší písemně doložené místo vaření piva v celé České republice. Od počátku ve mně sídlí mnišská komunita benediktinů. V průběhu let jsem byl přestavěn v barokním slohu, a tak už jsem zůstal. V mé zahradě se nacházejí dva rybníky a v horní části zahrady sad. Tento sad sousedí s někdejší klášterním větrným mlýnem, a podle něj nazvanými kolejiemi Na Větrníku. Na nedalekém hřbitově odpočívá řada známých osobností (jako např. Karel Kryl). Nacházím se na Praze 6 v Markétské ulici.

6. MATEMATICKÁ HÁDANKA - Kolik očí má dohromady třída 28 dětí s paní učitelkou?



VÝSLEDKY KLUB EINSTEIN

1. police, členka, plíšek, vata, house, stoka, lýko, matný, Marika, planý, řeč, říčka, banka, akce, palba, tetra, žal, lama, voda, otrava
2. les, rum, poradna, nůž, víno, olej, vítr, oko, film, brambory
3. přípitek, ústřední, odpad, tažní, lidové, hudba, dámská, opuštěný, trouba, nápoje, spěšný

Dobrovolnictví v našem domově: Radost ze společných okamžiků

Milí klienti, vážení rodinní příslušníci a přátelé Domova pro seniory Háje,

rád bych se vám touto cestou představil a přiblížil vám téma, které je pro život v našem domově nesmírně důležité **dobrovolnictví**. Jmenuji se Matěj Sekera a od srpna 2025 působím v domově jako koordinátor dobrovolnictví. Možná jsme se již potkali na chodbách, protože v domově nejsem nováček, v minulosti jsem zde působil i v rámci své odborné praxe. Jsem studentem psychologie ve 3. ročníku, a proto je mi práce s lidmi a naslouchání jejich příběhům velmi blízké. Mým úkolem je propojovat svět našich klientů se světem lidí, kteří chtějí nezištně pomáhat.

Kdo je to vlastně dobrovolník? Dobrovolník je člověk, který se rozhodne věnovat to nejvzácnější, co má, **svůj volný čas** někomu druhému. V roce 2025 se do aktivit v našem domově zapojilo celkem **47 aktivních dobrovolníků**. Jsou to lidé různého věku i profesí. Někteří k nám přicházejí prostřednictvím spolupracujících organizací, jako je například ADRA, jiní nás vyhledávají sami na vlastní pěst, protože cítí potřebu udělat něco dobrého pro druhé.

Na výběru našich dobrovolníků si dáváme velmi záležet. Každý zájemce prochází pečlivým výběrem a školením, abychom měli jistotu, že je pro práci se seniory tím pravým. Zásadním momentem je pro nás poznání jejich osobnosti. Ptáme se na jejich zájmy a koníčky, abychom je mohli co nejlépe propojit s konkrétním klientem, který má podobné záliby. Věříme, že společná témata jsou základem hezkého vztahu.

Jak u nás dobrovolnictví probíhá? Nejčastější a nejoblíbenější formou je **individuální dobrovolnictví**. To znamená, že dobrovolník dochází pravidelně za jedním konkrétním klientem. Společně strávený čas a jeho náplň záleží čistě na jejich domluvě. Může jít o příjemné povídání na pokoji, předčítání z knihy, hraní společenských her, procházku po zahradě nebo třeba návštěvu naší kavárny.

Většinou se jedná o setkání jednou týdně, které trvá přibližně 1 až 2 hodiny. Ze statistik víme, že průměrná délka návštěvy v loňském roce byla 1,18 hodiny, což potvrzuje, že nejde jen o zdvořilostní pozdravy, ale o plnohodnotně strávený čas. Dobrovolníci tak přinášejí radost a společnost tam, kde je to nejvíce potřeba.



Druhou formou je **skupinové dobrovolnictví**. To probíhá často ve spolupráci s firemními partnery, kteří nám pomáhají organizovat větší akce, kde je potřeba „více rukou“. Díky nim jsme mohli uspořádat například oblíbené dobrovolnické dny spojené s prací na zahradě, úklidem zookoutku nebo zábavná odpoledne s kvízy a bingem.

Poděkování Závěrem bych chtěl ze srdce poděkovat všem našim dobrovolníkům za jejich čas, energii a laskavost. V roce 2025 věnovali našim klientům úctyhodných 586 hodin svého času. Vážíme si každé minuty, kterou s námi tráví, a těšíme se na další společné chvíle i v roce 2026.

Pokud byste vy nebo vaši blízcí měli zájem dozvědět se o dobrovolnictví více, můžete mě kontaktovat na e-mailové adrese: dobrovolnictvi@dshaje.cz nebo na telefonním čísle: 739 959 857

S úctou,

Matěj Sekera koordinátor dobrovolnictví

Školák Kája Mařík

Příhoda s rozinkami a Štědrý den

Kája už pochopil, že škola není les. Co ho ve škole zachytlo, bylo náboženství. Pan farář vykládal jim o ráji, o Bohu, o stvoření světa, a Kájovy oči nespustily se z jeho rtů. Už mnoho z toho doma slyšel, ale takhle pěkně nikdo to povědět neuměl jako pan farář. O andělu strážném slyšel, jak Bůh každému člověku jednoho posílá, aby ho chránil zlého, a ten anděl že se usmívá, když jsme hodní, a pláče, když jsme zlí. A tu se hlásil a řekl panu faráři: „Prosím, teta pekařovic říká, já že mám dva anděle strážné, jinak že už dávno bych si byl někde zlámal vaz.“ Pan farář se jen maličko usmál a odpověděl: „To ty asi moc zlobíš!“ Měl rád Káju, protože překvapoval jasným úsudkem.

Kája přišel po čase domů velmi zamyšlen: „Co říkáte, mami, nadělí Ježíšek, nebo nenadělí? Já bych rád u jesliček našel foukací harmoniku a tahacího panáka; jak se potáhne za špagátek, on roztáhne ruce i nohy.“ „To bys, hochu zlatý, musil moc poslouchat,“ mínila matka. A Kája poslouchal. Tatínek se šel ptát do školy. Samou chválu slyšel.

O různém nevinném čtveráctví Kájově se pan řídící ani nezmnínil. Pan farář řekl přímo: „Dobře ho vychováváte, k Bohu vedete; nezarmoutí vás.“ Tatínek přišel domů, usmíval se promrzlými vousy a snášel z pudy jesličky. Ještě pár figurek vyřezal a přidal, a teď se už Kája večer modlil u jesliček. Když se domodlil, ještě přidával dva Otčenášky. Jeden na to, aby dostal foukací harmoniku, druhý, aby Ježíšek přidal tahacího panáka. Ve škole, v kostele, doma, všude bylo znát, že je před vánočními svátky. Pan řídící s nimi zpíval koledu: „Z jedné strany chvojka, z druhé borověnka, pásli ovce pastuškové, jedli kaši z hrnka.“ Kája se hlásil: „Prosím, já také umím koledu.“ „Zazpívej tedy!“ řekl pan řídící. A Kája čistým, jasným hláskem zpíval: „Vzhůru, bratři, vstávejte a svá stáda shánějte!“ Zpíval dál a všichni tiše poslouchali. Starý pan řídící ve vzpomínkách viděl se v kostelíku rodného městečka, když byl 17 takovým hošíkem jako Kája.

Tenkrát také zpíval s ostatními tuhle koledu. Kája po první spustil druhou a třetí, a za dveřmi už stál pan farář, který šel učit náboženství, a také poslouchal, a také vzpomínal, protože to, co Kája zpíval, byly

prastaré koledy z Kutnohorska, jeho rodného kraje, a tady je zpívat nikde neslyšel. Když Kája začal ještě „Radostnou novinu“, už pan farář neodolal, potichu otevřel, aniž ho kdo zpozoroval, a pan řídící právě začal druhý hlas a pan farář třetí. Kája v tom nadšení ani si toho nevšiml. Až když skončil a kolem se rozhlédl, uviděl pana faráře a honem řekl: „A jéje, důstojný pán už je tady. Pochválen Pán Ježíš Kristus! To to uteklo s tím zpíváním.“ Když přišel Kája domů, řekl: „Maminko, dnes to bylo ve škole jako v kostele. Zpíval pan farář a pan řídící...“ „To věřím,“ vpadla mu do řeči matka, „to jsou zpěváci!“ — a já, maminko,“ dodal Kája. „Ty? No, pěkně začínáš lhát! S tebou by zpíval pan farář a pan řídící, to zrovna!“ „No, už je to tak, maminko, a mám hrozný hlad!“ Ale i maminka se dověděla, že skutečně Kája zpíval, a řekla mu: „Povídala Cilka Novejch, žes opravdu zpíval. Vidíš, křivdila jsem ti.“ „To je tak, mami, když se nevěří vlastním, ale cizím.“ V kostele stály jesle — učiněný zázrak.

Hvězda nad nimi se třpytila. „Ta, panečku,“ tvrdil Kája, „je opravdovsky zlatá. Vždyť se svítí jako zlatá miska, když ji pan farář na oltáři v rukou překládá. A pastýřů a zvířátek...“ a Kája nestačil doma povídat. Už i doma bylo cítit, že se blíží velký svátek. Maminka vydrhla obě světnice, tatínek donesl chvoje, všelijaké kornoutky teta pekařovic přinesla, jen před Kájou se nic nedělalo. Maminka zapoměla na pár rozinek do vánočky. Pověřila touto důležitou posílkou Káju. Zavázala mu do cípku kapesníčku korunu a poručila: „Koupíš u Štulce za korunu rozinky, ale ne abys je ujídal po cestě! To víš, že bych to poznala!“ 18 Kája šel do školy jako král do boje, který si umínil, že vyhraje. Ani se na rozinky nepodívá! Ani kornoutku neotevře! Dá si jej v krámku převázat. Rozinky! Už se ani dobře nepamatuje, jak chutnají! Bodejť, už ví! Tenkrát na faře dostal buchtu s rozinkami — maminka to řekla —, ale, panečku, ty sládlý! Jako když do medu kousne. Každá byla jako malinká třešinka. Kája spolkl sliny. Však se ani nepodívá. Po vyučování rovnou namířil k Štalcovi, dobrému známému tatínka: „Tak pochválen buď Pán Ježíš Kristus, pane Štalc, že

tatínek s maminkou pozdravují, abyste poslal za korunu rozinky.“ Štulc se usmíval. Měl Káju velmi rád: „Ty už sám nakupuješ? Podívejme se!“ A vážil rozinky. Kája se pozorně díval: „Jsou nějak scvrklé, pane Štulc!“ „Ty nabydou v těstě, Kájo, ale ne abys je po cestě snědl!“ Dal mu kornoutek a sáhl rukou do zásuvky: „Tu máš na cestu, rozinek jsem ti přidal.“ V Kájově čepici zaběhlo se burskými oříšky.

„Tak zaplať Pán Bůh a s Pánem Bohem!“ Oříšky dal do kapsy, kornout držel v ruce. „To je toho málo za korunu, a to ještě pan Štulc přidal.“ Vstrčil kornoutek do kapsy a vzal si oříšek. „Vida, je tu jedna rozinka, tu si sním.“ Překousl ji ve zdravých zoubkách a nechal ji chvíli ležet na jazyku. „Panečku, to je dobrota! Ten pan Štulc má časy! Může jíst celý den rozinky. I v pátek!“ Byl už u lesa. „Jen jestli se v kapse nerozmačkají! Musím se podívat!“ Kornoutek byl pomačkaný! Srovnal jej a zvolnil krok. Jednu by si snad mohl vzít a sníst. Kolikpak asi pan Štulc přidal? Snad pět! To jistě. Vezme si dvě. Jak to řekl? „Přidal jsem ti.“ Ne mamince, jemu přidal. To si smí vzít. Rozbalil kornoutek a vzal si dvě rozinky. Inu, bude se učit panem Štulkem a bude jíst celý den rozinky. Je jich do vánoček škoda. Rozběhnou se tam jako nic. Ještě by si mohl vzít tři. A než přešel lesem, scvrkl se kornoutek žalostně na polovinu. Lekl se. Už je zle! Už to maminka pozná! Co teď? Rozběhl se zpátky a rovnou k Štulkům, slzy v očích. 19 „Pane Štulc...“, ale ten tu nebyl, a příručí ho odbyl, ač se chtěl kajícíně vyznat. Vyběhl z krámu. Kdo by mu dal pár rozinek, aby byl zas kornoutek plný? Tenkrát měl tu buchtu z fary. Dlouho se nerozmýšlel. S pláčem vběhl po schodech k farské kuchyni.

Pozdravit zapomněl, zaslzené oči otočil po matce pana faráře. Zapomněl, jak ji má pojmenovat, a vzlykavě prosil: „Teta, prosím vás, dejte mi pár rozinek. Já jich nesl domů za korunu a trochu jsem jich snědl. Moc bych doma dostal. Já vám to oplatím, až budu mít.“ Vlídna stařenka se usmívala, pohladila Káju po kučeravých vlasech a řekla: „Dám ti, hochu, ale nikdy už nebud' tak mlsný!“ „Ba ne, teta“, řekl ještě Kája v pláči. Stará paní vzala heboučkový bílý sáček, naplnila jej rozinkami, pomačkaný, zpola vyprázdněný kornoutek mu vrátila. „Ty si dojez, a tohle dej mamince a přiznej se!“ „Tak Pán Bůh naděl stokrát víc!“ A jen se mu hlavička mezi dveřmi zatřásla. Běžel k domovu a v rukou tiskl bílý sáček. Maminka už čekala a metla ležela vyzývavě na

stole: „Kde máš rozinky?“ „Tady, maminko,“ a položil na stůl sáček. Matka se spokojeně usmála: „Ten ti dobře navážil.“ Kája se měl přiznat, ale metla ještě ležela na stole a maminka měla tolik práce. Nechá to až po svátcích. Ráno o Štědrém dnu nalila maminka jen tak dva hlty kávy do hrnečku a řekla: „Dnes se musíš postit, abys viděl večer zlaté prasátko!“ A Kája se opravdu postil a pozoroval tatínka, jak z kůry cosi vykrajuje, přirézává, kolem otvory jak hrášky dělá. „Vida, má to podobu prasátka, ale zlaté to není,“ pomyslí si. Maminka prala houby, vařila krupky, chystala „kubu“. U jesliček bylo celý den světélko. S večerem, když už Kájovi kručelo v útrokách, otec rozsvítil, nad lampou podržel to z tmavé kůry vyřezané prasátko, a na stropě skutečně se ukázalo zlaté. 20 „To proto vidíš,“ podotkl otec, „že jsi se postil. A teď povečeříme, a potom se smíš podívat vedle do jizby k jesličkám.“ Nejdřív jedli „kubu“, potom přinesla maminka vdolky a na talíři „muziku“: uvařené sušené švestky, hrušky, čtvrtky jablek i pár třešní. I pár jablíček a ořechů přidala, ale Kája už jen se díval po druhých dveřích. Konečně směl vejít. Oči mu svítily. Ano, u jesliček ležela foukací harmonika a tahací panák. Hned klekl a modlil se, a potom teprve zkoušel harmoniku. „Panečku, ta byla ještě lepší než rozinky!“

A panák, jak se za motouzek zatáhlo, roztahoval ruce i nohy, a dokonce i hlavu točil... Než byl čas jít na půlnoční, nedal obojí z ruky. Jak otevřeli dveře, když chtěli jít na půlnoční, celá závěj sněhu se proti nim zdvihla a až do síňky zalehla. „Nic platno,“ řekl hajný. „Kája musí na záda, zapadl by.“ V Kájovi srdíčko poskočilo radostí: „To budu dělat pána!“ A jak už byl na tatínkových zádech, pomyslí si, že nikdo na světě nemá tak hodného tatínka jako on. V kostele bylo tak krásně, že zatahal Kája maminku za sukni a řekl: „Moc hezky mi bylo, když mne tatínek nesl, ale tohle je ještě lepší.“ Co tam bylo světla a lidí! A jak na kruchtě zpívali a hráli. Kájova ústka se otvírala zároveň se zpěváky, ale maminka mu řekla: „Ne abys zpíval! Zpívají jen velcí!“ Kája se vrtěl v lavici a vydržel poslouchati tiše jen k tomu andělskému sólu: „Sem, sem, sem, pastýři, sem do Betléma brzy.“ Začal zároveň se sólistkami a jeho jasný, čistý hlásek rozběhl se kostelem jako sluneční paprsek. Marně ho maminka napomínala, aby mlčel, marně mu rukou pusu

zakrýt chtěla. Ze zadních lavic nad svíčky a sloupky nahýbají se lidé, pátrající po nepoznaném zpěváku. Usmívali se na něj kolemsedící a zašeptali: „To ten hajnejch, Kája, krásně to umí!“ A hajné řekla paní kupcová, co vedle ní seděla: „Jen ho nechte, ten zpěvu nekazí!“ Tak Kája zpíval až do konce koledy. Jak by pan řídící nepoznal hlásek svého nejlepšího zpěváčka!

„Ten už nepovolí,“ řekl si v duchu. „Jen aby při druhém pastýřském sólu nezačal dřív. Jsou tam dva takty mezihry.“ Ale Kája dával pozor a vpadl dobře. Připadalo mu, že nikde jinde nemůže být krásněji jako tady. A když začali zpěváci „Kyrie“, sepjal ručky, hlavičkou kýval a po Kyrie zatáhl maminku za rukáv: „Maminko, takhle asi zpívají andělé v nebi.“ Ale maminka řekla přísně: „Mlč a modli se!“ Rád by byl poslechl, ale jak se jen mohl modlit, když na kruchtě zpívali čím dál tím krásněji! Rozuměl každému slovu a říkal si v duchu: „Zpěv je také jako modlení. Ježíšku, odpusť mi to, ale já mám dnes takovou velikou radost, že bych ani jeden Otčenášek nevyříkal. Musím poslouchat.“ Slavná půlnoční byla skončena.

Maminka mu pohrozila: „Počkej, tatínek ti dá, že ses pletl do toho zpěvu!“ Ale vtom už se hrnuli zpěváci z kůru a pan řídící volal: „Kájo, Kájo!“ V Kájovi hrklo. Teď to dostane! Tatínek s maminkou ho postrčili před sebou, a už u nich stál pan řídící; usmíval se, pohladil ho a řekl: „Mám radost, Kájo, a mrzí mne, že jsem tě nevzal na kruchtu. Dá-li Pán Bůh, napřesrok už nějaké sólo odzpíváš.“ Potřásl rukou rodičů, slečna řídících se sklonila ke Kájovi, pohladila ho něžně po tvářičkách a řekla: „Až půjdeš zítra z kostela, zastav se ve škole!“ Kája už byl zas na tatíčkových zádech. Svět se mu zdál rájem. Všichni byli na něj tak hodní!

„Tatínku,“ řekl po chvíli, když už za město zašli, „slečna voněla, no, jako anděl.“ Zkrátka Kájovi dnes všechno bylo andělské a nebeské. A tatínek pověděl: „Raduješ se, já vím. Radujeme se dnes všichni. Ale pamatuj si: Kdybys měl dušičku obtíženou nějakou vinou, nemohla by tvoje radost být tak velká. Jen lidé čistého srdce mohou se dnes radovat. My se také radujeme.“

Víš, že před týdnem byli jsme s maminkou u správy Boží, a ty nikdy nezapomeň, až budeš větší, před příchodem Spasitelovým zbavit se hříchů!“ Jedno za druhým pohasínalo světlo v rozjásané dušičce Kájově. Nerozuměl sice dost dobře tomu, co tatínek povídal, ale přece si pamatoval: „obtížený vinou“. Zmlkl.

Před očima netyčily se mu vysoké černé stromy, ale z malých rozinek rostly velké, už byly jako pecny chleba, už byly jako kola u vozu, sjížděly se k němu

ze všech stran. „Tatínku, co to je — obtížený vinou?“ „No, kdybys lhal, něco zapřel, zlobil, neposlouchal, to všechno je vina, hřích.“ Rozinky vyrostlé ve vozová kola hrozily dotknout se už prokřehlých ruček Kájových. „Tatínku, prosím vás, nezlobte se! Já jsem ty rozinky napolo vyjedl a teta z fary mi dala jiné, ale řekla, abych se přiznal, a já jsem to neudělal. Tatínku, prosím vás, odpusťte mi, já už to víckrát neudělám!“

A hojné slzy Kájovy padaly za tatínkův límec. „Děkuj Bohu, Kájo, že tě do toho sněhu nemohu položit. Potrestán být musíš! Mamince to bylo hned divné, že je těch rozinek moc, a ono tedy takhle? Bít tě nebudu v takových svatých dnech, ale pro výstrahu hned teď uklidím harmoniku a panáka a dostaneš to až za tři dny.“

„A maminko, tatínku, už se nezlobíte?“ Maminka odpověděla: „Už ne, ale víckrát nic nezapři! Když se přiznáš, máš polovinu viny odpuštěno.“ Kája ztichl. Po hodně chvíli úporného přemýšlení vyhrkl: „Tak harmoniku by mi mohl tatínek nechat a jen panáka na tři dny zavřít, když jsem se přiznal, a maminka řekla, že je to na polovic.“ Tatínek se ozval: „To by ses, brachu, musil hned přiznat.“

Kája jen vzdychl. Ale světylka v duši se mu zase už rozsvěcovala. Přiznal se, je mu odpuštěno. Radostně zavýskl. Copak tři dny. To je jako nic! Ale protože pořád byl na štíru s časovými rozměry, zeptal se pro jistotu: „Tatínku, tři dny, to je jako nic, vidíte...?“ „To je třikrát čtyřicet hodin,“ řekl otec krátce. Z toho si Kája teprve nic nevybral, jen to slovo „hodina“. Ale každá je jinak dlouhá. To ví ze školy. Když mají psaní, tak je ta hodina jako den. Když mají náboženství nebo čtení, to je jako nic. Pokusil se o dorozumění zřetelnější. „Tatínku, to je asi jako rok?“ „A jak myslíš, že je dlouhý rok?“ „No, než budou zrát maliny!“ „Rok je tři sta šedesát pět dní,“ zněla odpověď.

Kája už ani nedutl. Jen si myslel: Ti velcí lidé nic neumějí říci pořádně. Kdyby řekl tatínek: Tři dny, ty jsou tak dlouhé jak tři dešťovky, už by věděl, že je to jako nic. Kdyby řekl: jako tři užovky, 24 to už by byly dlouhé.

A kdyby řekl: jako tři stromy, to už by věděl, že to bude moc dlouho trvat, než harmoniku a panáka dostane. V těchto myšlenkách donesl tatínek Káju domů.

Už se mu oči zavíraly, a sotva ulehl, usnul.



KULINÁŘSKÝ KLUB – I v novém roce pokračujeme v oblíbeném kulinářském klubu.



MEZI NÁMI MŠ – Zimní tvoření v rámci mezigeneračního setkání s MŠ Křejského.



MEZI NÁMI IT ZVESELA – Proběhlo další setkání se studentkami ze Střední pedagogické školy Futurum, na kterém se zaměřujeme na propojení generací skrz moderní technologie.



TANEČNÍ DOPOLEDNE S p. VELETOU – Tradiční zábavné dopoledne spojené s tancem.



DESKOVÉ HRY S DĚTMI ZE ZŠ GUTOVA – Moc děkujeme žákům za návštěvu a veselé dopoledne, které jsme strávili hraním deskových her a milým popovídáním.



JAKÉ UDÁLOSTI A SVÁTKY SI PŘIPOMÍNÁME V BŘEZNU

MEZINÁRODNÍ DEN ŽEN

Jako každý rok, i letos, si 8. března budeme připomínat Mezinárodní den žen. Ještě stále máme tento den možná spojený s československým socialistickým režimem, kdy probíhaly okázalé slavnosti tohoto dne, typické především rudými karafiáty, oslavami na pracovišti a verši představitelky Svazu žen. I právě kvůli tomuto spojení s bývalým režimem, někteří lidé tento svátek neslaví. Tento svátek má ale daleko hlubší historii než v našem bývalém režimu. Začátky sahají na počátek 20. století do Ameriky. MDŽ se slaví jako připomínka demonstrace newyorských švadlen za lepší pracovní podmínky. Zhruba patnáct tisíc švadlen tehdy demonstrovalo za kratší pracovní dobu, lepší platy, volební právo a za politická a hospodářská práva pro ženy. Od tohoto roku se pak ve Spojených státech začal slavit poslední únorovou neděli „Národní den žen“. V Evropě byl Den žen zaveden o dva roky později, v roce 1910, na druhé mezinárodní konferenci socialistických žen v Kodani, kdy se z tohoto dne stal mezinárodně oslavovaný den na návrh Clary Zetkinové, německé socialistky a zakladatelky dělnického ženského hnutí. Poprvé se ženy pak organizovaně sešly o rok později, v roce 1911, v několika evropských zemích, mimo jiné také v Rakousko-Uhersku. Později se dnem žen stal 8. březen, který se ustálil po první světové válce, a to především vlivem demonstrace žen a jejich protestních akcí proti 1. světové válce konaných v Petrohradě 23. února roku 1917. Po abdikaci cara byla ustavena prozatímní vláda, která schválila volební právo žen. Podle gregoriánského kalendáře je 23. únor vlastně 8. březen, a proto se tento den ustanovil jako Mezinárodní den žen.

V Československu se MDŽ začal výrazněji slavit po druhé světové válce. V době socialismu byl svátek velmi populární svým způsobem, jak již bylo řečeno.

Po roce 1989 zájem o tento svátek na čas poklesl. Do kalendáře se pak jako „významný den“ vrátil opět v roce 2004. Postupně se tak jeho význam opět proměnil zpět jako den úcty k ženám a jako připomenutí jejich role v rodině i společnosti.

Na Mezinárodní den žen je hezkým zvykem rozdávání květin. I květiny ale mají svou symboliku a můžeme jimi říct různá poselství. Co znamenají ty nejznámější květiny?

RŮŽE - Růže jsou považovány za nejkrásnější prostředek k vyjádření lásky, obdivu a uznání. Každá barva nese svůj význam. **Červené růže** jsou symbolem vášnivé lásky, oddanosti a obdivu. **Růžové růže** vyjadřují něhu, romantiku a náklonnost, jsou ideální volbou pro zamilované. **Žluté růže** jsou symbolem pro přátelství, radost a optimismus. **Bílá růže** má význam čistoty, nevinnosti a nových začátků.

KARAFIÁT – jeho význam se také liší podle barvy. Červený symbolizuje obdiv, růžový vděčnost a bílý karafiát čistou lásku.

TULIPÁNY – jsou symbolem upřímnosti a nadšení. Svou barevností přinášejí radost, kterou dokážou vyjádřit na první pohled.

GERBERA - je symbolem upřímnosti, radosti, štěstí a nevinnosti. Svým tvarem připomínajícím slunce vnáší do života optimismus a pozitivní energii.



Zdroje:

Proč se slaví MDŽ? : Fórum 50 %,
Proč se slaví Mezinárodní den žen? Připomíná boj newyorských švadlen za rovnoprávnost — ČT24 — Česká televize
Oslavte Mezinárodní den žen květinou či zajímavou akcí – Kudy z nudy
<https://www.florea.cz/blog/kvetomluva-slovnicek-od-A-do-Z>
<https://www.fleurop.cz/kvetomluva-aneb-jaky-je-vyznam-kvetin>

Vážení,

pro klienty v **prokazatelné hmotné nouzi a nepříznivé sociální situaci** je v DSH zřízeno konto sociální pomoci. Prostředky konta sociální pomoci mohou čerpat klienti, kteří se ocitnou ve finanční nouzi. Prostředky lze čerpat kdykoli během roku.

Co mám dělat, když se do nepříznivé životní situace dostanu?

- podat písemnou žádost o příspěvek z konta sociální pomoci – formulář žádosti je k dispozici na sociálním oddělení domova
- vyplněnou a podepsanou žádost o příspěvek z konta sociální pomoci odevzdat na sociálním oddělení domova
- žádost o příspěvek z konta sociální pomoci bude individuálně posouzena komisí konta sociální pomoci
- o výsledku (přiznání x nepřiznání, výši přiznaného příspěvku, možnostech čerpání) budete informován/a sociálním oddělení domova

V případě dalších dotazů se můžete obracet na sociální pracovnice DS Háje.

KALEIDOSKOP

Díky spolupráci s organizací Parkinson - Help jsme u nás přivítali milou návštěvu – pana Jiřího Zbořila a jeho hosta, herečku Michaela Dolinová. Společně jsme si vyslechli poutavé příběhy ze života, nechyběl humor a odpoledne se tak neslo ve velmi příjemné atmosféře. Děkujeme za návštěvu!



INFORMACE Z DOMOVA



Další stravovací komise budou **11. 3. a 25. 3.**
O schvalování nového jídelníčku budou členové stravovací komise předem informováni.

Schůzka
důvěrníků
s vedením
domova se uskuteční
ve středu 4. 3. 2026
od 10:00
v sále.

MAŠKARNÍ VESELICE

4. března se uskuteční v našem domově maškarní. Rádi bychom vás chtěli pozvat, abyste se nebáli přijít v kostýmu, masce. Ty nejlepší budou dokonce odměněny! Pokud nemáte nápad nebo možnosti, nezoufejte a oslovte své aktivizační pracovníky, kteří vám pomohou a pro tyto účely bude v pondělí 2. 3. také kreativní odpoledne. Těšíme se na vás!

ZMĚNA ČASU

29. března proběhne změna na letní čas. Čas se posune z 2:00 vpřed na 3:00.



VIRTUÁLNÍ VÝLETY PO KRÁSÁCH NAŠÍ VLASTI I SVĚTA



Do našich 3D brýlí jsme nahráli nový obsah, který je v češtině. Nechte se provést po Pompejích, Florencii, ale i Brně nebo Bratislavě. Pro bližší informace a vyzkoušení tohoto programu neváhejte oslovit svého aktivizačního pracovníka.

Březen



Kozoroh - 22. 12. – 20. 1.

Užívejte si nadcházející březnové dny plnými doušky. Pocítíte nával energie a optimismu.



Vodnář - 21. 1. – 20. 2.

Není na škodu, občas probrat šatník a vytřídit pár věcí. Velmi často se propojí tato činnost i s úklidem uvnitř nás.



Ryby - 21. 2. – 20. 3.

Neřešte malichernosti a neustálé připomínky. Zaměřte se na pozitivní věci. Uleví se vám a zklidníte se.



Beran - 21. 3. – 20. 4.

Berani s nadcházejícím jarem pocítí nutkavé puzení řešit věci druhých. Držte se zpátky a věnujte se svým věcem.



Býk - 21. 4. – 21. 5.

Býky čeká v březnu milé setkání, může to být dávný kamarád nebo jen milý soused s kterým najdete společnou řeč.



Blíženci - 22. 5. – 21. 6.

Blížencům přináší jarní větry a nadcházející jaro optimismus do žil. Podělte se o něj, sdílejte a komunikujte.



Rak - 22. 6. – 22. 7.

Raci a račice mají v březnu pocit narůstající energie a nadšení pro nové věci. Vyzkoušejte třeba novou přednášku.



Lev - 23. 7. – 22. 8.

Lvi i vy jste se začátkem jara okouzlující ve společnosti, navazujete nová přátelství a čile konverzujete na veřejnosti.



Panna - 23. 8. – 22. 9.

Milé pany, vy si březen prožijete ve společenském obležení a pokud budete otevření, získáte nové přátele.



Váhy - 23. 9. – 23. 10.

Stále váháte, jestli se pustit do něčeho nového. Pustte a dejte průchod fantazii. Možná v sobě objevíte nový talent.



Štír - 24. 10. – 22. 11.

Březen je pro štíry ideálním měsícem pro celkové zklidnění a nalezení sama sebe. Čaj a skvělá knížka je pro ně ideální.



Střelec - 23. 11. – 21. 12.

Hlavně střelkyně se nesmá během března ukvapovat ve svých rozhodnutích. Střelci naopak perli ve společnosti.